

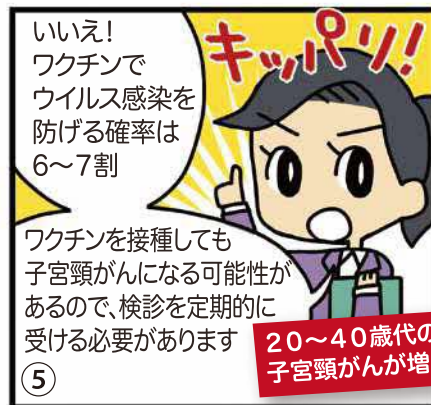
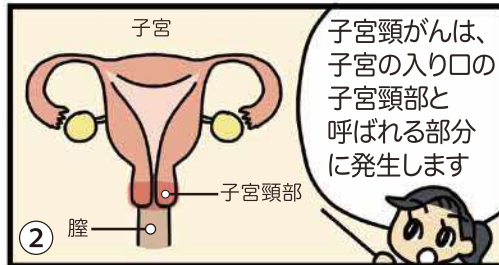
# Q5

# ウイルス感染によるがんを防ぐには？

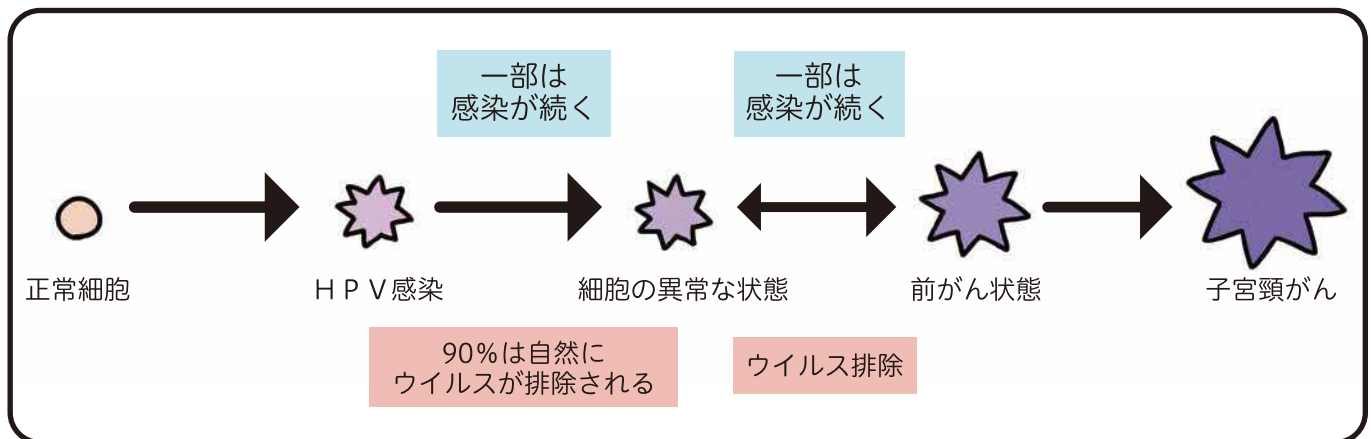
## A5

- ①子宮頸がんは感染前のワクチン接種で6～7割防ぐことができます。
- ②肝臓がんは肝炎ウイルス検査により早期発見・治療するのが有効です。

### 子宮頸がん



## 子宮頸がんの成り立ち



### <ワクチン接種>

積極的な勧奨が再開されました。  
令和4年4月より個別の勧奨を順次行っています。

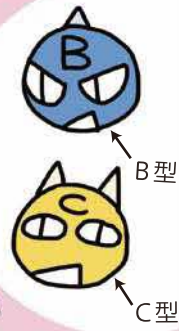
### <子宮頸がん検診>

子宮頸がん検診は子宮頸部周辺の粘膜をめぐって細胞を採取し、細胞の状態を調べます。子宮頸がんは、がんになる前の異常細胞の状態（前がん状態）を検診で発見することにより、予防することができます。

## 肝臓がん

肝臓がんの約8割は  
B型・C型肝炎ウイルスの  
感染が原因です

①



ウイルス検査をして、感染していると分かったら  
肝臓がんになる前に治療することで  
がんになるのを防げます

②

肝臓

肝炎ウイルスは、日常生活で感染する機会はほとんどありませんが  
感染すると、慢性肝炎→肝硬変→肝臓がんへと進行することがあります。

感染しません！



感染の可能性あり！



日常生活で誤解による偏見や  
差別が無いようにしましょう。

## B型・C型肝炎ウイルス検査（無料）

過去に肝炎ウイルス検査を受けたことがない人で、39歳以下で受信を希望する人または40歳以上で職場・市町村等が実施する検査の受診が困難な人に対し、無料でB型・C型肝炎ウイルス検査を保健所及び医療機関に委託して行っています。

検査場所	受付日時	電話番号
鳥取市保健所 (鳥取市富安)	第2・第4月曜日 午後1時30分～3時30分 (祝日の場合、翌日実施)	(0857)30-8532
倉吉保健所 (倉吉市東厳城町)	水曜日 午後1時～1時30分	(0858)23-3145
米子保健所 (米子市東福原)	火曜日 午後1時～1時30分	(0859)31-9317

※保健所での検査を希望する場合は、各保健所に電話で予約状況等を確認してください。  
新型コロナウイルス感染拡大防止のため予約を停止している場合があります。

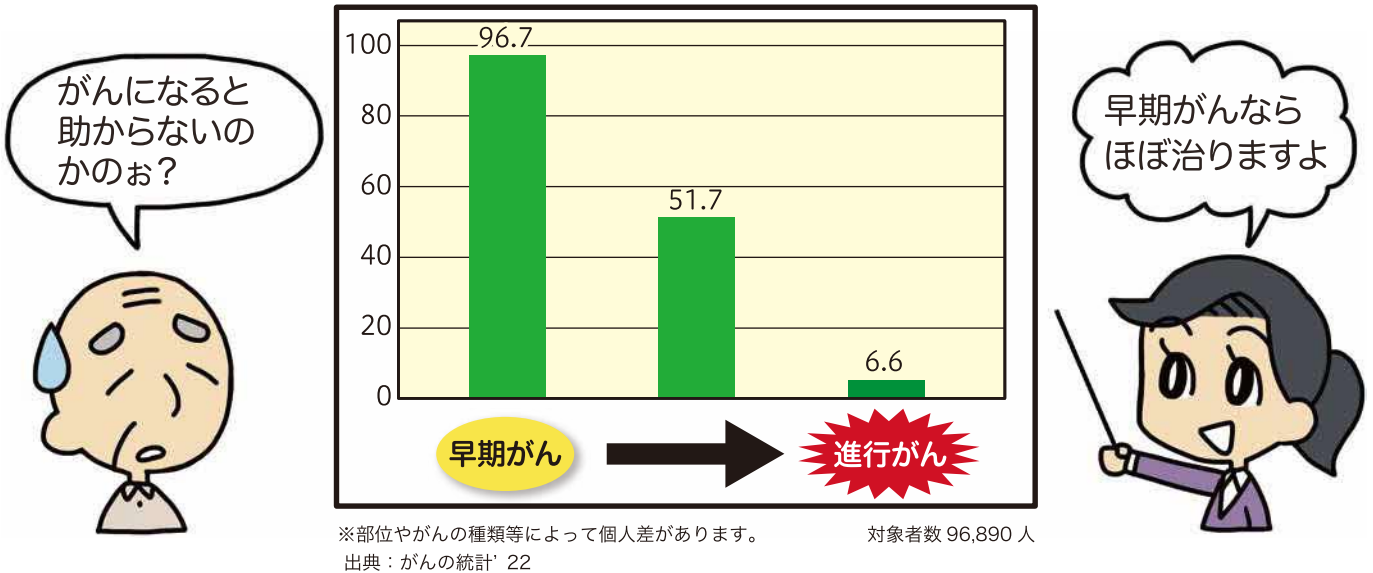
令和4年8月現在

# Q6 がん = 死？

## A6

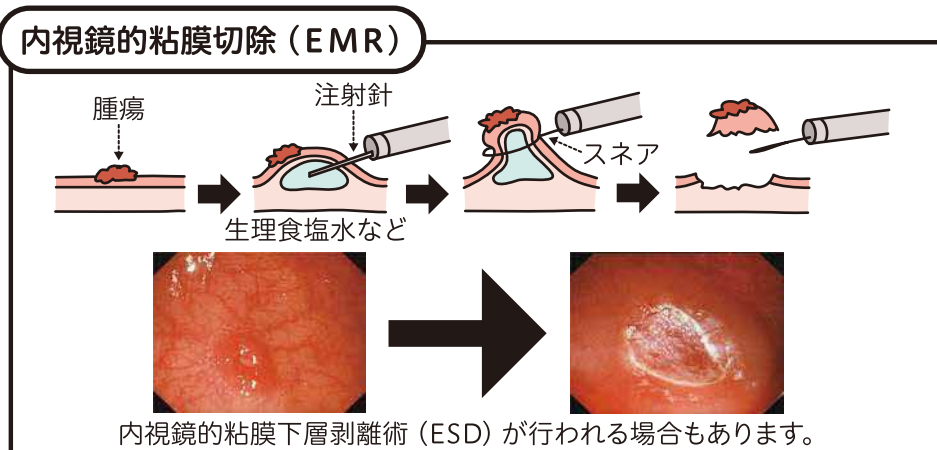
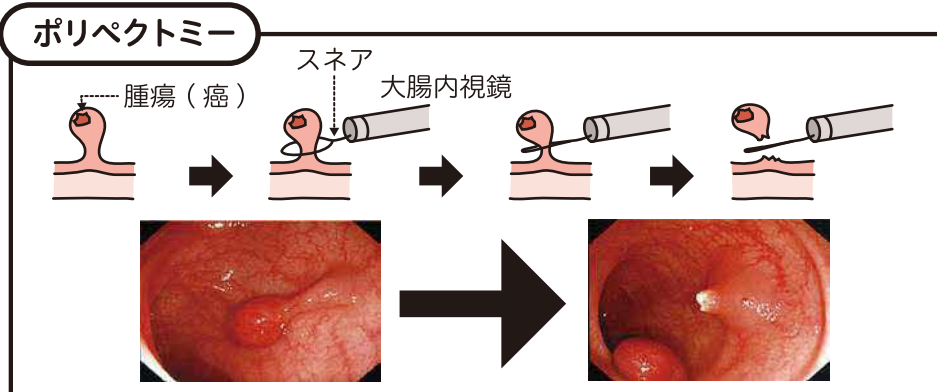
早期がんはほぼ治る時代です。  
がんの発見が遅れると、身体面、経済面、精神面で大きな負担となります。

### 胃がんの臨床進行度別5年相対生存率(2009～2011年診断例)



### 早期がん治療 ※部位や症状により、個人差があります。

早期がんであれば、開腹手術でなくてもこのように内視鏡による治療が可能な場合があります



イラスト参考文献：大腸癌研究会  
<http://www.jccr.jp/>  
写真提供：県内医療機関



# がんの発見が遅れると負担が重くなります。



## 身体面での負担

手術の摘出範囲が広くなったり、放射線や抗がん剤を多く使用するため副作用が強くなるなど

外科手術



放射線治療



化学療法  
(抗がん剤など)



## 経済面での負担

治療費が高額に、入院期間が長引く、職場復帰が遅れるなど

県内でがん治療を行うA病院の一般的な胃がん治療例（医療費10割）

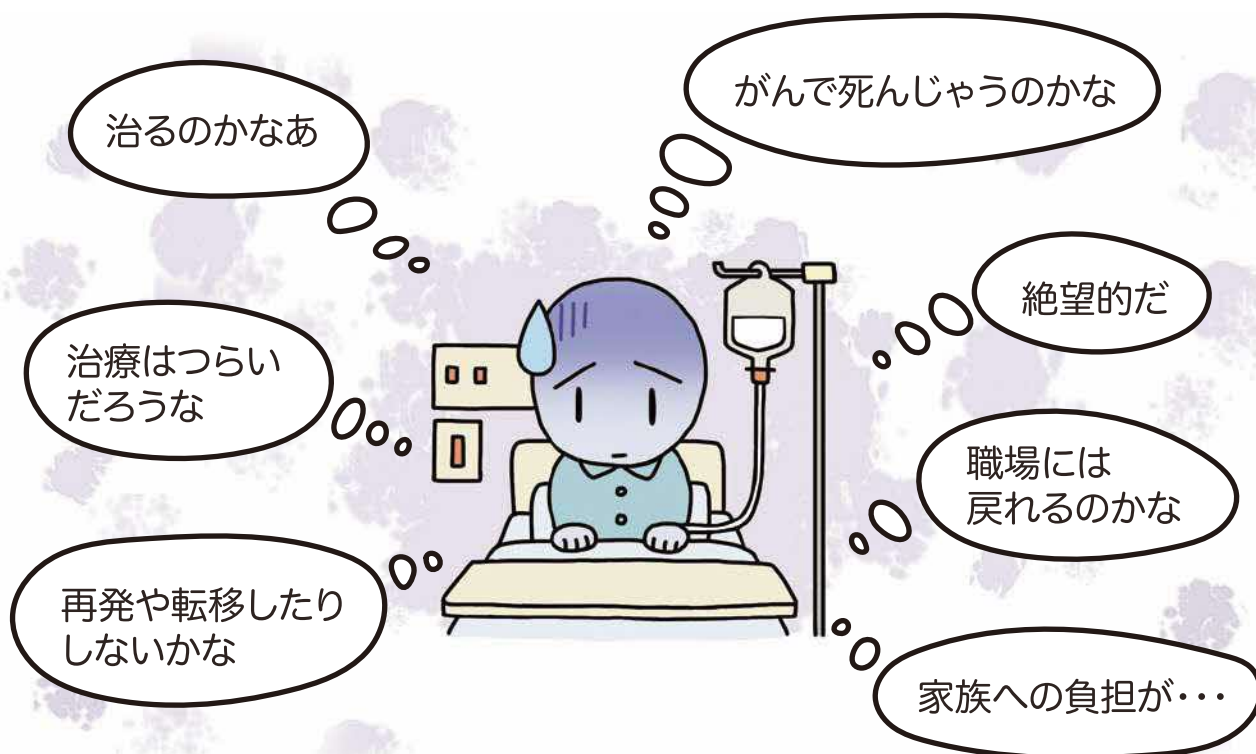
1. 粘膜内にとどまる早期がん  
→内視鏡治療 40万円(入院10~14日)
2. 中程度までの早期および進行がん  
→胃切除術 120万円(入院14~21日)
3. 中程度以上の進行がん  
→胃切除術 120万円(入院14~21日)  
抗がん剤治療 数10万~100万円以上
4. 手術不適合  
→抗がん剤治療 数百万円

発見が遅いほど通常、  
医療費が高額。  
経済的負担が高まります。

※上記金額は、あくまで一般的な例であり、医療費は個人の症状等により異なります。

## 精神面での負担

治ることへの不安や痛みなどへの苦痛、死への恐怖など



# Q7

## 早期がんを見つけるにはどうしたらいいの？

### A7

がんを早期発見・早期治療できるのはがん検診だけです。早期発見できる期間は短いので、定期的ながん検診が必要です。

### がん検診で早期発見・早期治療

#### 検診（乳がんの場合）

1年目

13年目

15年目

17年目



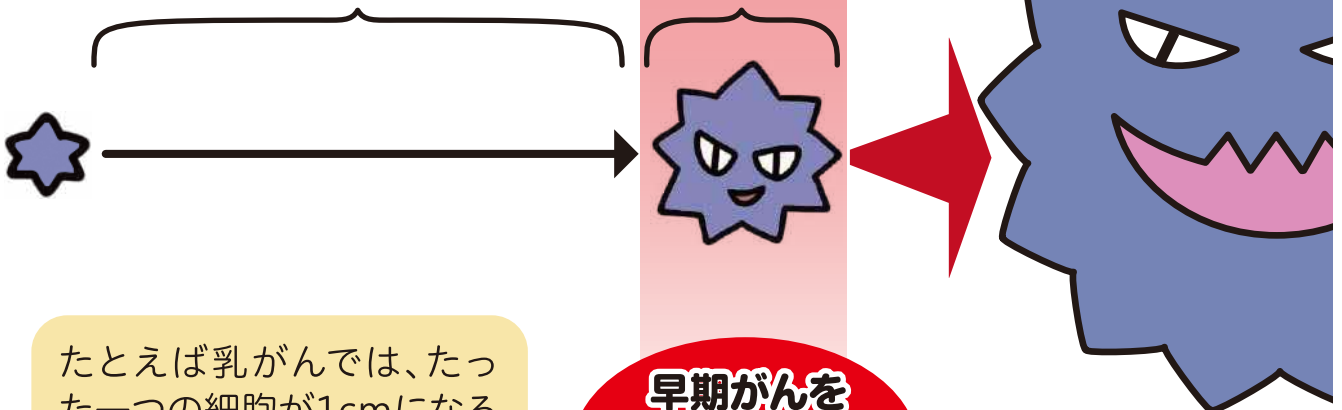
受診せず



#### がんの大きさ

がんがあっても、小さすぎて検診では発見できない期間

早期のがんを発見できる期間



たとえば乳がんでは、たった一つの細胞が1cmになるのに15年以上かかります。しかし、1cmのがん細胞が2cmになるには2年もかかりません。

**早期がんを発見できる期間は短い！**

※ただし、自覚症状がある場合は定期検診を待たずにすみやかに医療機関で受診しましょう。

※厚生労働省「女性のためのがん検診手帳」より



# がん検診は、自覚症状がないうちに受けることが大切です。



健康診断や各種がん検診がきっかけでがんが見つかった方は  
 わずか **約 1 割 (計 18.7%)** なんです。  
 自覚症状が出てから、治療開始される方が **約 3 割 (27.8%)** と  
 一番多いですね。



## がん治療開始のきっかけ

(%)

区分	有訴受診	健康診断 (人間ドック等)	各種がん検診	他疾患治療中	その他	計
全部位	<b>27.8</b>	<b>6.4</b>	<b>12.3</b>	23.6	30.0	100
胃	23.3	9.9	17.5	18.2	31.1	100
結腸	26.9	6.1	18.6	19.6	28.8	100
直腸	28.5	8.4	15.7	18.5	28.9	100
肝臓	14.4	3.5	8.9	42.6	30.7	100
肺	17	5.9	10.9	34.9	31.3	100
乳	49.9	2.9	21.8	9.8	15.6	100
子宮	23.1	0.5	26.4	18.9	31.1	100

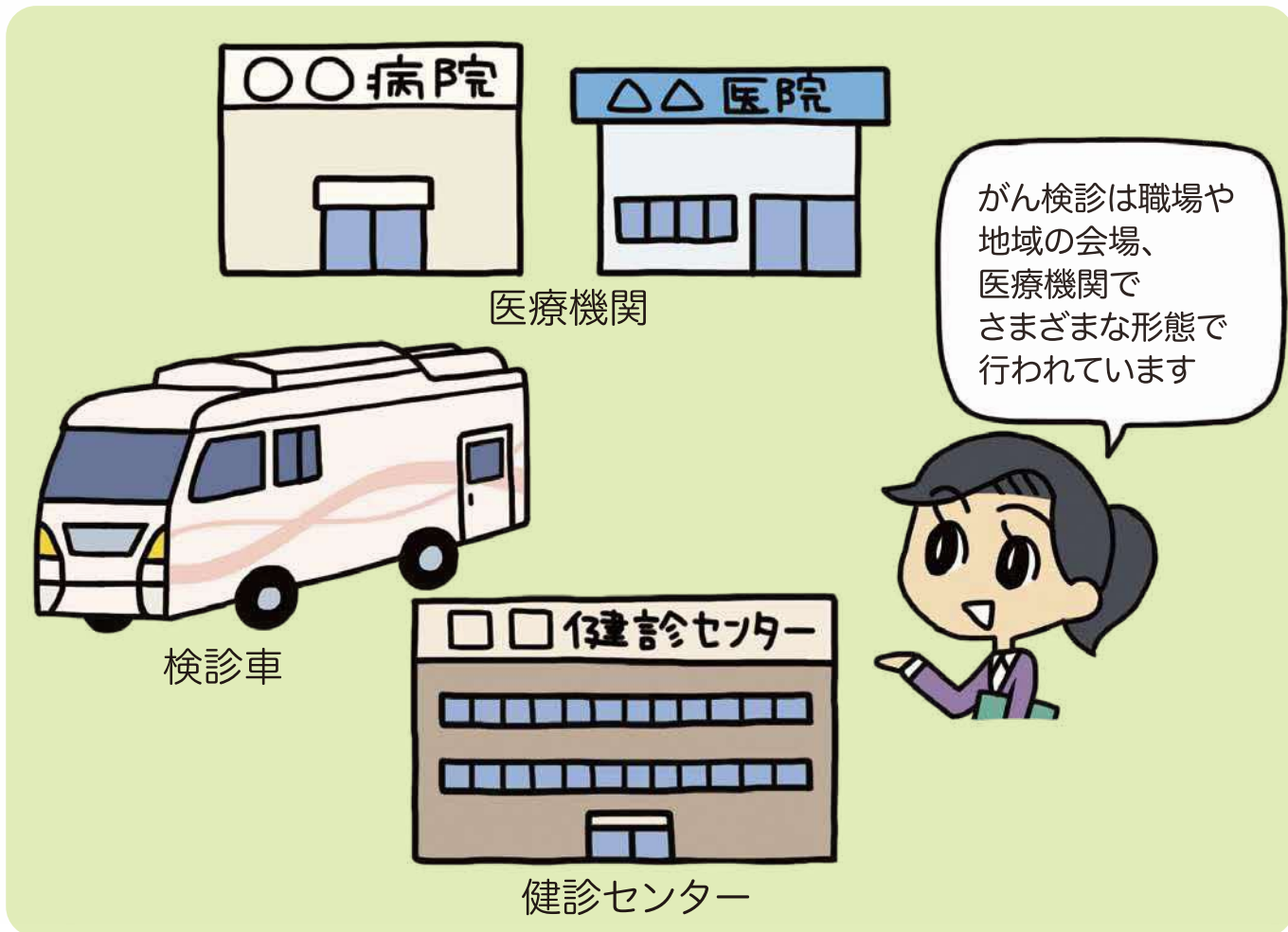
出典：平成 27 年鳥取県がん登録事業報告書 2015 年集計

# Q8

## がん検診はどうしたら受けられるの？

### A8

がん検診は職場や市町村で受けることができます。  
担当者に、あなたが受診できるがん検診の種類や受診場所など、  
詳しいことをお尋ねください。



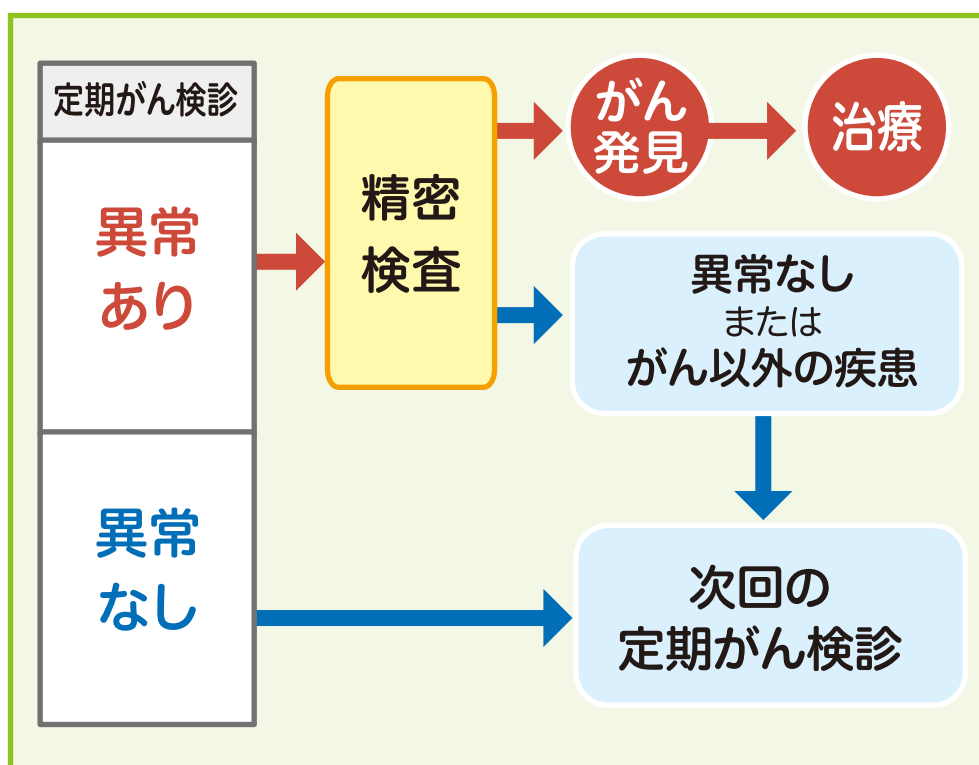


## 鳥取県内の市町村が実施するがん検診の種類

がん検診の種類	対象者	検査内容	受診の間隔
胃がん検診	40 歳以上の男女	胃部エックス線検査又は 内視鏡検査	毎年
大腸がん検診	40 歳以上の男女	便潜血検査	毎年
肺がん検診	40 歳以上の男女	胸部エックス線検査 (高危険群：喀痰細胞診併用)	毎年
子宮がん検診	20 歳以上の女性	細胞診検査	毎年
乳がん検診	40 歳以上の女性	マンモグラフィー検査	2年に1回

令和 4 年 8 月現在

## がん検診の流れ



がん検診の結果、  
異常があった場合は  
**必ず** 医療機関を  
受診して精密検査を  
受けてください。



# 主ながん検診の種類と内容

※県内市町村が実施するがん検診

## エックス線検査

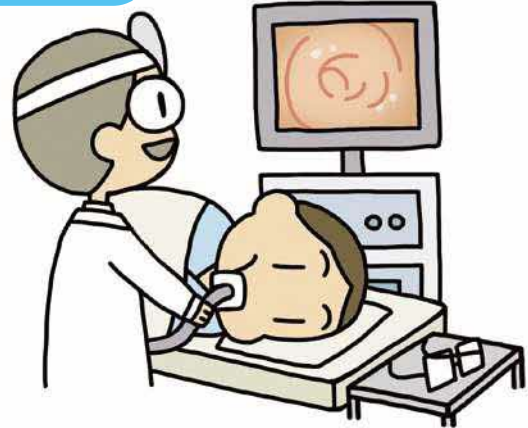


○バリウムと発泡剤(胃をふくらませる薬)を飲み、向きを変えながらエックス線写真を撮ります。

## 胃がん検診

毎年 40 歳以上の男女

## 内視鏡検査

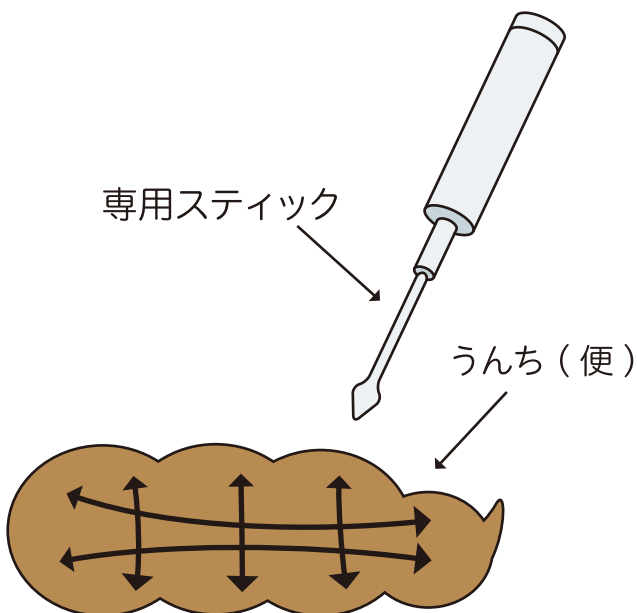


○カメラ(内視鏡)を口又は鼻から挿入し、食道→胃まで入れ、先端についている超小型のカメラで胃の中の様子をモニター画面に映し出して観察するものです。

## 大腸がん検診

毎年 40 歳以上の男女

## 便潜血検査

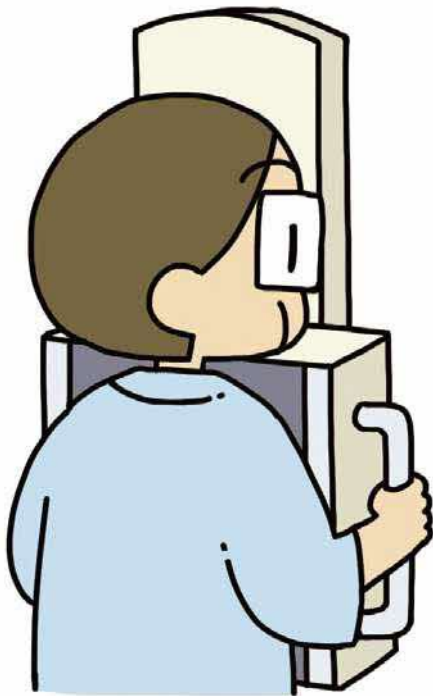


○大腸の中に潰瘍やポリープ、がんができていと出血することがあります。体外に排出された便の表面に血液の反応があるかどうかを調べ、腸の中の出血の有無を確かめる検査です。

○2日分の便について、それぞれ排便後に便の表面を専用スティックでこすり、専用の容器に入れて指定の場所に提出します。

## 肺がん検診

毎年 40 歳以上の男女



### エックス線検査

- 肺全体をエックス線で撮影し、がんや炎症などの疾患の陰影を調べる検査です。
- また、エックス線検査に加え、ハイリスクの人には喀痰細胞診も行います。

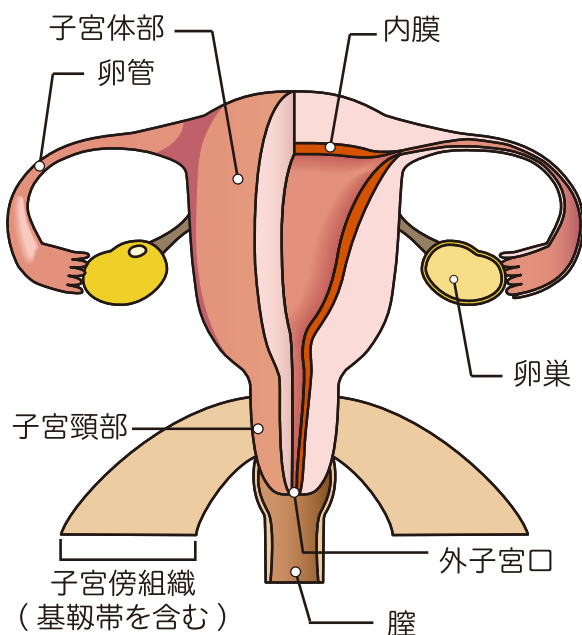
### ハイリスク者とは

- 50 歳以上で喫煙指数  
(1 日の喫煙本数 × 喫煙年数)が 600 以上

## 子宮がん検診

毎年 20 歳以上の女性

子宮がん検診は、「子宮頸がん検診」と「子宮体がん検診」に分類されます。



### 子宮頸がん検診

<視触診>

婦人科の専門医が腔鏡で子宮頸部の状態を観察します。

<細胞診>

がんの発生しやすい子宮頸部や膣部の表面の粘膜を専用の綿棒やブラシなどでこすって細胞を採取し、顕微鏡で観察します。

### 子宮体がん検診

以下のいずれかの症状がある方には、子宮頸部細胞診に加え、子宮体部細胞診をします。

<子宮体がん検診対象者>

6ヶ月以内に… ●不正性器出血

●月経異常

●褐色帯下 (褐色のおりもの)

上記いずれかの症状があった方で、医師が必要と認めた場合。

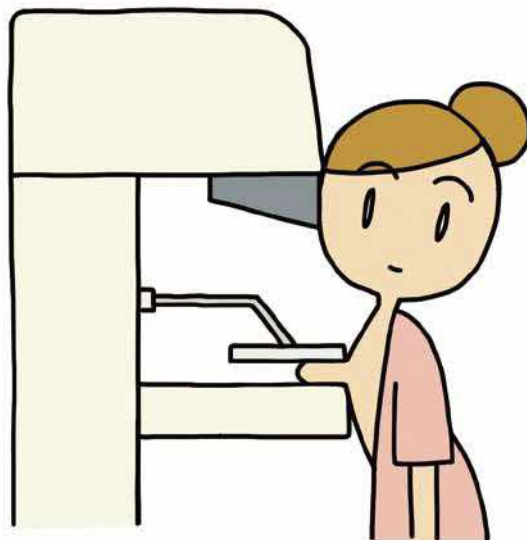


## 乳がん検診

2年に1回 40歳以上の女性

乳がん検診は、マンモグラフィ検査を受けます。

### マンモグラフィ検査



○乳房専用のX線装置で乳房全体を撮影します。

40歳代は乳腺密度が高い人が多いため2方向、50歳以上は1方向から撮影します。

memo



-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

未来の自分への思いやり

# ブレスト・アウェアネス

ブレスト・アウェアネスとは、日頃から自分の乳房の状態に関心を持ち「意識しながら生活を送る」ことです。  
普段から自分の乳房をチェックし、状態を知っておくことで、乳がんの早期発見につながります。

## ブレスト・アウェアネスの4つの基本行動

### 1 見て、触って 自分の乳房の状態を知る

乳房健康チェック



- 鏡の前で『見て』チェック
- 実際に『触って』チェック

### 2 しこりや乳頭分泌など 乳房の変化に早く気づく

下記のような症状がないか  
チェックしましょう。



- 乳房や脇の下のしこり
- 乳首からの分泌物
- 皮膚のひきつれ・くぼみ・ただれ

### 3 乳房の変化に気づいたら すぐに医療機関へ行く

乳房の変化を自覚した場合は、次の検診を待たずに、すぐに医療機関を受診しましょう。



### 4 定期的に乳がん検診を 受診する

乳がんは40代から疾患率が急増します。  
40歳を過ぎたら、定期的に検診を受診しましょう。



# Q9




# がんの治療方法は？

## A9

がんには手術療法の外、放射線療法や化学療法などがあります。がんの治療は進行度や、がんになった方の希望に合わせて選択されます。がんの身体的な痛みや不安は「緩和ケア」で和らげることができます。



### がんの治療方法

 <p><b>手術療法</b></p> <p>悪い部分を切り取ることでがんを治療します。</p>	 <p><b>放射線療法</b></p> <p>悪いところに照射し、切らずに治療します。臓器の機能を保ち、QOLを高めま。</p>	 <p><b>化学（抗がん剤）療法</b></p> <p>主に全身に散らばったがん細胞を攻撃します。</p>
---	--	---

※セカンドオピニオンについて がんの治療方法は、主治医や別の医師からも話を聞く「セカンドオピニオン」を活用するなど、情報を集め、相談をしながら、自分にふさわしい治療方法を選択しましょう。

## 緩和ケア

がんの痛みのガマンは禁物です。

### 身体的苦痛

痛み  
息苦しさなど

### 社会的苦痛

仕事上の問題  
経済的問題  
家庭内の問題など

### 全人的苦痛 (トータルペイン)

不安  
怒り  
孤独感など

人生の意味  
死の恐怖  
死生観に対する悩み  
など

### 精神的苦痛

### スピリチュアルペイン

痛みは身体的なものだけではありません。さまざまな痛みを和らげる「緩和ケア」により、がん治療の効果を高めたり、療養生活の質を高めることができます。「緩和ケア」はがんと診断されたときから始まります。医師、薬剤師、看護師、心理士、ソーシャルワーカーなどが、チームで緩和ケアを行います。

### 緩和ケアチーム





## がん相談支援センターでは、 がんに関する様々な相談をお受けします。

がん診療連携拠点病院などには、専門の職員が無料で様々な相談に応じていたり、がん経験者同士の話し合いの場であるがん患者サロンや患者会があるわ



がん患者サロンの様子



がん患者やその家族にとって、がん経験者等からのアドバイスや情報交換は精神面で大きな支えとなるのよ



## 鳥取県内のがん相談支援センター等の場所と連絡先

病院名（住所）	名称	電話番号	場所	開室日時
鳥取大学医学部附属病院 (米子市西町36-1)	がん相談 支援センター	0859 (38) 6294	第2中央診療棟2階	月～金曜日 午前9時～午後4時
鳥取県立中央病院 (鳥取市江津730)	がん相談 支援センター	0857 (32) 8181	2階24番 患者支援センター／ がん相談支援センター	月～金曜日 午前8時30分～午後5時
鳥取市立病院 (鳥取市市場1-1)	がん相談 支援センター	0857 (37) 1522	1階地域医療総合 支援センター内	月～金曜日 午前8時30分～午後5時
鳥取県立厚生病院 (倉吉市東昭和町150)	がん相談 支援センター	0858 (22) 8181	患者支援棟1階 がん相談支援センター	月～金曜日 午前8時30分～午後5時
(独)米子医療センター (米子市車尾4-17-1)	がん相談 支援センター	0859 (37) 3930	2階 がん相談支援センター・ がん相談室	月～金曜日 午前9時～午後5時
鳥取赤十字病院 (鳥取市尚徳町117)	がん相談 支援センター	0857 (24) 8111	1階 がん相談支援センター	月～金曜日 午前9時～午後4時

この他の医療機関でも地域連携室などで相談することができます

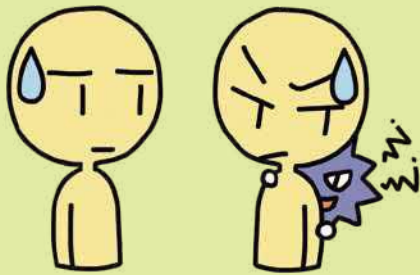


令和4年7月現在

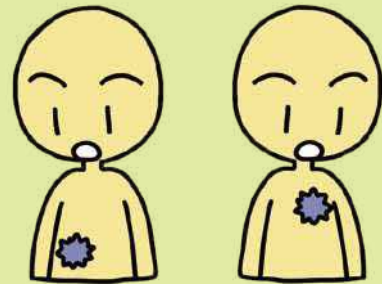
# Q10 がんに対して大切なことは？

**A10** まずは、がんを正しく知ることが大切です。

日本人の2人に1人が、  
生涯のうちにがんになる  
可能性があると言われています。



がん細胞は体のどこでも  
発生する可能性があります。



がんの最大の原因は  
タバコと言われています。



がんの予防は二段構え。



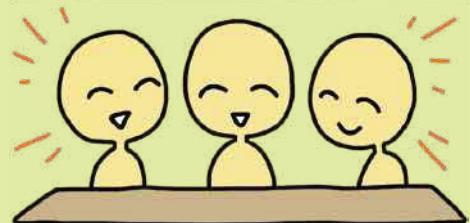
※自覚症状がある場合は定期検診を待たずに  
すみやかに医療機関で受診しましょう。

【がんとわかったら】  
がんの治療方法は主治医とよく相談し、  
自分に適した治療方法を選択しましょう。



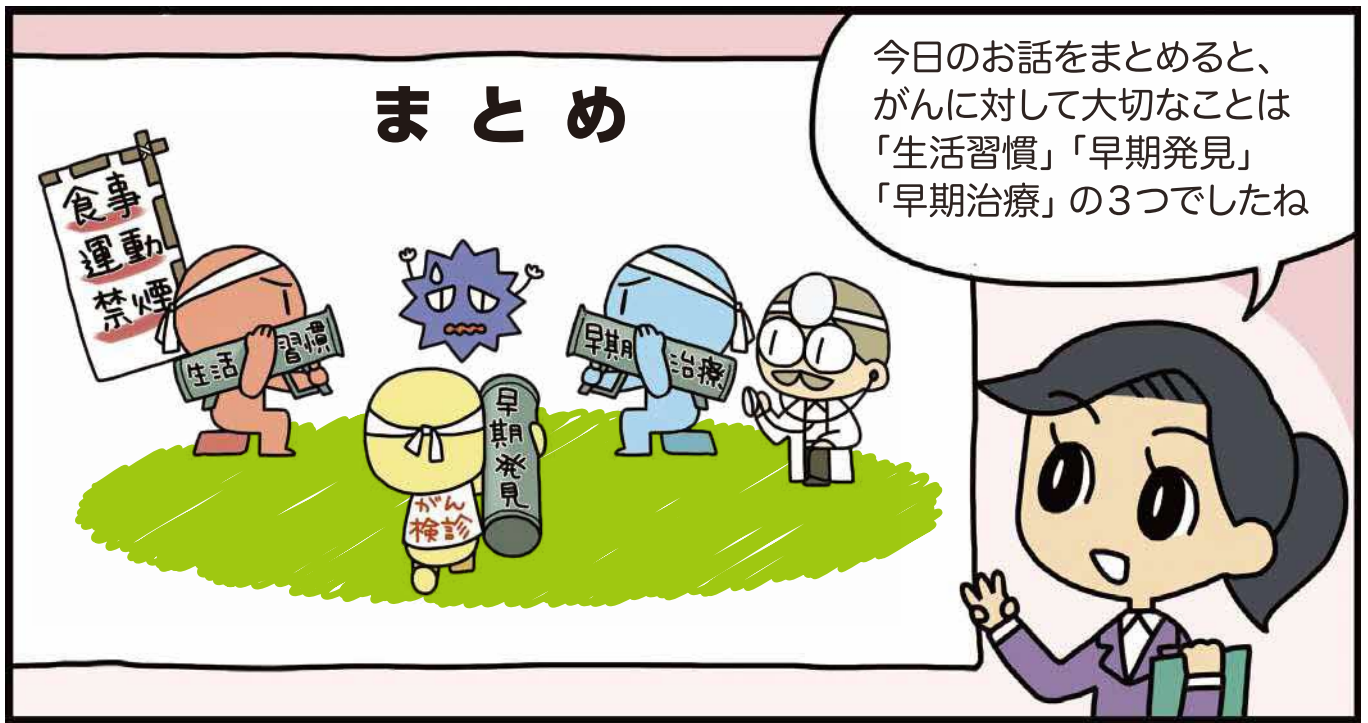
がんに関する相談や情報収集は、  
がん相談支援センターへ。

**がん相談支援センター**









## がんを知る 10のQ&A

出張がん予防教室資料 一般用

..... 参考・引用文献 .....

- ・厚生労働省健康日本21
- ・人口動態統計
- ・国立がん研究センター がん対策情報センター がん統計
- ・国立がん研究センター がん対策情報センター 各種がんの解説
- ・鳥取県地域がん登録
- ・全国がん登録全国がん罹患モニタリング集計
- ・厚生労働省作成がん検診手帳
- ・東京法規出版パンフレット「がんについて学ぼう」  
(東京大学医学部附属病院放射線科准教授緩和ケア診療部長 中川恵一著作)
- ・「がん患者必携 がんになったら手にとるガイド」  
(国立がん研究センター がん対策情報センター編著 学研出版)
- ・公益法人日本対がん協会 教えて！がんの基礎知識
- ・公益法人日本対がん協会 がん検診ハンドブック
- ・がん研究振興財団パンフレット「がんのおはなし」